



Rubiane Maia, Esboços de um corpo desconhecido, Video Instalação [HD 16:9 - 27' 41" - Stereo - Color - 2 canais/Dimensões variadas].
Exposição 'Modos de Usar' no Museu de Arte do Espírito Santo - MAES, Vitória, Brazil, 2015.

A ORDEM DA PASSAGEM:

breves considerações sobre as comidas na festa judaica de Pessach

DOI: <https://doi.org/10.35699/2316-770X.2023.40433>

BRUNA STALL BLASKIEVICZ*

ESTEVAN DE NEGREIROS KETZER**

RESUMO Este trabalho traz considerações referentes ao sêder do Pessach associadas à identidade judaica. À luz dos estudos antropológicos da alimentação, propomos pensar sobre os processos de incorporação através dos quais questões identitárias são efetuadas, através das comidas que compõem o prato do sêder (keará), bem como entender o contexto histórico com que dialoga e identificar os rituais através dos quais se apresenta. Para tanto, trazemos excertos bibliográficos para suscitar reflexões sobre os simbolismos da comida em um contexto histórico-cultural de afirmação de identidade dentro dos múltiplos deslocamentos de um povo que se mantém ligado às suas origens, preservando sua individualidade através de ritos nos quais a sua fé está presente.

PALAVRAS-CHAVE: Judaísmo. Identidade. Gastronomia.

The Pass Over Order: brief considerations on the foods of the Jewish holiday of Pesach

ABSTRACT This work brings considerations in regard to the Passover seder associated with Jewish identity. In the light of food anthropology, we'll discuss the incorporation processes through which identity is carried out, the foods that make up the seder dish (keará), as well as the understanding of the historical context with which it dialogues and identify the rituals in which it appears. In order to do so, we bring bibliographic excerpts to reflect on the food symbolism in a historical-cultural context of identity affirmation within the multiple displacements of a community who remained connected to their origins, preserving their individuality through rites in which their faith is present.

KEYWORDS: Judaism. Identity. Gastronomy.

* Centro Universitário Curitiba (UNICURITIBA)

** Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUC RS)

Introdução

Comer é um ato de identidade, por meio do qual os homens podem se orientar e se distinguir. Por ser uma atividade social, a alimentação humana produz diversos sistemas alimentares. Na concepção desses sistemas, história, sociedade e cultura influenciam na escolha de representações e imaginários sociais. Assim, estando a alimentação humana impregnada pela cultura, podemos encarar os sistemas alimentares como sistemas simbólicos em que códigos sociais estão presentes, estabelecendo relações entre os homens e a natureza. (MACIEL, 2005, p.49)

No processo de construção e afirmação dessas identidades, elementos culturais como a comida podem se transformar em marcadores identitários, apropriados e utilizados pelo grupo como símbolos de uma identidade reivindicada. É por isso que, mais do que simples hábitos e comportamentos alimentares, as cozinhas implicam modos de expressão de aspectos da vida próprios de cada grupo (MACIEL, 2005, p.50).

Em seu livro *Comida como Cultura*, Massimo Montanari elucida:

O homem escolhe a própria comida, com critérios ligados tanto às dimensões econômicas e nutricionais do gesto quanto aos valores simbólicos de que a própria comida se reveste. A comida se apresenta como elemento decisivo da identidade humana e como um dos mais eficazes instrumentos para comunicá-la. (MONTANARI, 2008)

Desta forma, o que é colocado no prato, além de idealmente satisfazer nossas necessidades nutricionais, serve também para revelar pertencimento e reconhecimento social. Pode-se dizer que em termos de comida e identidade, o Judaísmo oferece um rico material de estudo. Das proibições aos banquetes religiosos, os alimentos têm um papel bastante evidente em materializar os preceitos da religião. (SOUZA, 2022)

Sendo assim, nosso objetivo é abordar aqui algumas questões referentes à identidade judaica relacionadas à alimentação durante o Pessach (a Páscoa Judaica), considerando esta uma festividade através da qual essa comunidade marca sua distinção, se reconhece e se vê reconhecida. No judaísmo, O Pessach é comemorado entre os 14^{ff}

e 22ffl dias de Nissan, primeiro mês do calendário Judaico, que equivale ao mês de abril do nosso calendário. Anualmente, a festa reúne familiares e amigos em torno da mesa, onde se segue um cuidadoso ritual de preparação com orações e uma culinária específica para a ocasião. Essa refeição ritual e familiar, rica em simbologia e significados é, em outros termos, uma das maneiras pelas quais constrói sua identidade social (WOUK, 2002).

A presente pesquisa objetiva entender como a comida implica modos de expressão de um modo de vida próprio a determinado grupo. O estudo é de cunho qualitativo com enfoque exploratório. Para obtenção de dados foi consultado uma bibliografia sobre a cultura judaica, tais como os livros *The Art of Jewish Cooking*, de Jennie Grossinger (1958), *Hagadá de Pessach*, produzido pelo centro educacional Merkos L'Inyonei Chinuch (2014), e *Liturgia Judaica: Fontes, estrutura, orações e festas*, de Carmine di Sante (2004). Quanto à discussão sobre o papel dos alimentos em materializar os preceitos da religião, usaremos como referência o historiador Massimo Montanari e a antropóloga Maria Eunice Maciel.

1. Contextualização histórica

Para entender como a comida atua como veículo de expressão da identidade de um grupo, primeiro precisamos contextualizar historicamente a festividade em questão. Assim, devemos recorrer à Torá, isto é, os 5 primeiros livros do judaísmo nos quais encontram-se ensinamentos referentes às relações sociais, familiares e religiosas.

No capítulo 7 do livro de Êxodo (Bereshit) do Pentateuco Judaico (Torá), narra-se:

‘Assim diz o Senhor: Nisto você saberá que eu sou o Senhor: com a vara que trago na mão ferirei as águas do Nilo, e elas se transformarão em sangue. Os peixes que estão no rio vão morrer, e o rio vai cheirar tão mal, que os egípcios terão nojo de beber água dele.’ E o Senhor disse também a Moisés: — Diga a Arão que pegue o bastão e estenda a mão sobre os rios, os canais, os poços e os reservatórios, para que as suas águas virem sangue. Assim, haverá sangue até nas tigelas de madeira e nas jarras de pedra. Moisés e Arão fizeram como o Senhor havia mandado. Na frente do rei e dos seus funcionários, Arão levantou o bastão e bateu no rio, e a água virou sangue. Os peixes morreram, e o rio cheirou tão mal, que os egípcios não podiam beber água dele. E em todo o Egito houve sangue. (Êx.7:17-18)

Essa foi a primeira das dez pragas a que o Egito foi submetido diante da recusa do faraó em libertar o povo de Israel. Após a transformação das águas do Nilo em sangue, seguiram-se infestação de rãs, piolhos, moscas, pestes no gado, úlceras, chuva de granizo, gafanhotos, três dias de escuridão e morte dos primogênitos. (Êxodo 7:19-29) (TORÁ, 2001, p.172) Antes da execução da décima praga, a morte dos primogênitos, Moisés (o profeta designado para liderar a partida dos hebreus rumo à terra prometida) instruiu as famílias hebreias:

O animal escolhido será macho de um ano, sem defeito, e pode ser cordeiro ou cabrito. Guardem-no até o décimo quarto dia do mês, quando toda a comunidade de Israel irá sacrificá-lo, ao pôr-do-sol. Passem, então, um pouco de sangue nos umbrais e nas vergas das portas das casas nas quais vocês comerão o animal. Naquela mesma noite comerão a carne assada no fogo, com ervas amargas e pão sem fermento. (Êxodo 12:5-8) (TORÁ, 2001, p.186)

A ação de sacrificar um cordeiro e molhar com o sangue do animal o umbral das portas de suas casas tinha como propósito demarcar os lares que não seriam atingidos pela passagem do anjo da morte, o mesmo que levaria consigo os primogênitos do Egito em cumprimento da décima praga. A decisão de acompanhar a carne deste animal de pães ázimos e ervas amargas se deve pela carga simbólica dessas comidas, a qual vai ser explorada mais à frente. Os escritos sagrados narram que à meia-noite, um anjo enviado por Deus matou todos os primogênitos egípcios, desde os dos animais até o primogênito da casa de Faraó. O faraó, temendo sofrer mais represálias daquele Deus que castigara todo o Egito, decidiu libertar o povo de Israel, fato este que deu início ao êxodo dos hebreus rumo à terra de Canaã. O Êxodo estabelece a celebração deste “dia de libertação” em “estatuto perpétuo”. (Êxodo 12: 5-31) (TORÁ, 2001, p.186)

A palavra Pessach significa “passar por cima”, no sentido de “poupar”. Essa expressão refere-se ao trecho do livro de Êxodo que ilustra, ao ser passado o sangue do sacrifício do cordeiro nos umbrais das portas das casas dos judeus, a vida dos seus primogênitos foi poupada da morte, o que não ocorreu com os primogênitos dos egípcios (ELWELL, 1998, p.101). Assim, esta data celebra a saída dos hebreus da tirania

egípcia, comemorando a libertação de um povo em relação a seus opressores. Temos o ano novo do universo e o ano novo do povo judeu: o povo judeu tal como conhecemos hoje nasceu ali, no Pessach.

2. O *sêder* do Pessach

O *sêder* é a refeição da noite de Páscoa, sendo esta a mais rica e mais solene entre todas as refeições hebraicas. O *sêder* deve começar logo após voltar da sinagoga para casa, quando o prato do *sêder* (*keará*) é preparado após o anoitecer. Existem algumas tradições em relação à disposição dos itens no prato do *sêder*. Mais comumente, a alface romana é colocada no centro, na posição das seis horas, seguida por, movendo-se em sentido horário, a salsinha (colocada na parte esquerda inferior), um ovo cozido (no lado esquerdo superior), um punhado de ervas amargas (no lado superior), um osso de galinha ou cordeiro (do lado direito superior), e uma mistura de maçãs, nozes e peras (no lado direito inferior). (CHINUCH, 2014, p.11). Abaixo, podemos ver como fica a disposição de tais comidas:



Figura 1 - a disposição das comidas no *Keará* em texto de Ashley Kahn para a *Talahasse Magazine*

Além dos itens no prato do sêder, a mesa do sêder também deve ter três pedaços de pão asmo (matzá) embrulhados ou cobertos com um pano e um recipiente de água salgada ou vinagre para mergulhar os vegetais verdes (karpas). Este é um detalhe tão importante que alguns pratos de sêder possuem compartimentos especificamente para estas funções (JACOBS, 2011, p.86).

A tradição estabelece catorze pontos nas quais cada palavra exprime um elemento particular no ritual, que deve ser seguido cuidadosamente. São elas:

o **kadesh**, no qual o jantar começa com a recitação do kidush sobre a primeira das quatro taças de vinho

os **urchats**, em que todos os presentes devem lavar as mãos;

as **karpás**, em que come-se uma folha de erva molhada mergulhada na água salgada;

os **yáchats**, no qual o pão ázimo (matzá) do meio da travessa do sêder é quebrado em duas partes desiguais; pondo uma metade novamente no centro e escondendo a outra metade;

o **baal hagada**, pai ou avô, enche uma segunda taça de vinho e antes de beber narra a libertação do Egito com histórias e cânticos;

os **rochts**, em que lavam-se as mãos;

o **hamotsi matsa**, no qual abençoa-se o pão ázimo (matzá) e come-se um pedaço;

o **maror**, em que come-se uma folha de erva amarga com um pouco do doce de maçãs e de nozes;

seguido pelo **corech**, em que come-se uma folha de erva amarga, desta vez com um pedaço de pão ázimo (matzá);

o **shulchan orech**, que anuncia a hora da ceia, que se inicia com o ovo cozido;

seguido pelo **tsafun**, em que come-se o pedaço de pão ázimo (matzá) que havia sido escondido previamente;

terminada a refeição, acontece o **berach**, no qual lavam-se as mãos mais uma vez e recita-se uma prece, bebendo o terceiro copo de vinho.

Então no **halel** agradece-se a Deus pela ceia pascal através da qual se reviveu o milagre da liberdade. Enche-se a quarta taça de vinho, que se bebe depois de ter recitado os salmos. No fim de tudo abre-se a porta, para favorecer a entrada de Elias, o mensageiro.

Enfim, no **nirtsá**, anuncia-se o final da ceia pascal e pede-se a Deus que seja sempre o libertador de Israel (CHINUICH, 2014, p.7).

Para ajudar na memorização desses catorze pontos, são cantadas músicas e recorre-se até às histórias em quadrinhos. Abaixo podemos ver, retirado de um vídeo do YouTube, o momento em que um pai canta a “música do sêder” junto ao seu filho, enquanto fazem mímicas representando aquilo que diz a canção.



Figura 2 - Pai e filho comemorando o Pessach em vídeo publicado no Youtube

Outra forma de incentivar a participação no sêder é pedir a cada convidado que traga um item que, para ele, representa a libertação. Os participantes podem trazer heranças de família que os lembrem da história de imigração de sua família, histórias de jornais sobre as lutas de libertação atuais ou outros objetos simbólicos. Cada convidado deve colocar este item próximo ao prato do sêder e, no momento apropriado, explicar seu significado (JACOBS, p.92, 2011).

3. Por detrás da comida

O conteúdo da memória judaica teria tido fundamento, primeiramente, na fonte bíblica, e, posteriormente, nas cerimônias que evocam esses acontecimentos. Durante o sêder, não contamos apenas a história do Êxodo, vemos, cheiramos, sentimos e provamos a libertação. O prato do sêder indica a execução de um rito, momento de passagem da oralidade aos atos, que marca a eficácia da manutenção da memória através da realização de gestos ligados a uma mitologia específica. Vários elementos dessa experiência sensorial aparecem como peça central durante essa celebração. Todos os itens do prato do sêder tem um porquê em estar ali, cada um simbolizando uma parte da história da libertação dos hebreus (BELMAIA, 2017, p.547).

O primeiro destes itens é comer um vegetal verde (karpas), na maioria das vezes salsa. No decorrer do sêder, mergulhamos os karpas em água salgada ou vinagre para representar tanto a esperança do novo nascimento quanto as lágrimas que os escravos israelitas derramaram sobre sua condição. (TELUSHKIN, 1991, p.654)

O segundo destes itens é uma pasta doce de frutas (haroset). Esta mistura de frutas, vinho ou mel e nozes simboliza a argamassa que os escravos israelitas usavam para construir edifícios para o Faraó. O próprio nome vem da palavra hebraica para “barro” (cheres). Judeus Ashkenazi geralmente incluem maçãs em haroset, uma referência para a tradição de que as mulheres israelitas iam aos campos e seduziam seus maridos sob as macieiras, desafiando as tentativas egípcias de impedir a reprodução separando homens e mulheres. As receitas sefarditas de haroset aludem a esse simbolismo da fertilidade ao incluir frutas, como tâmaras e figos, mencionadas no Cântico dos Cânticos (shir hashrim), o livro bíblico com maior número de citações sobre o amor entre Deus e o povo de Israel (TELUSHKIN, 1991, p.658).

O terceiro deste item é a erva amarga (maror). Esta erva amarga nos permite saborear a amargura da escravidão. Com o passar dos anos, o vegetal escolhido para o maror foi se adaptando de acordo com a disponibilidade local, sendo hoje comum famílias usarem desde rábano até folhas amargas como a escarola e a chicória para este fim. Seja como for, é esperado que ele seja mergulhado no haroset para associar



Figura 3 - Homem segurando um maço de maror. Les Enluminures, New York, NY

a amargura da escravidão ao trabalho que causou tanto dessa amargura (CHINUCH, 2014, p.13). Este elemento, além de constar na Torá, ganhou sua própria iluminura na Hagadá de Lombardia, cuja impressão é a mais antiga que se tem registro.

O quarto item é a segunda erva amarga (chazeret), muitas vezes alface romana. Esta segunda erva amarga é usada no korech ou no sanduíche Hillel, que consiste em matzá, ervas amargas e frequentemente haroset. Muitos judeus usam rábano para maror e alface romana ou outro verde amargo para chazeret. Outros, porém, não incluem chazeret no prato do sêder (CHINUCH, 2014, p.14).

O quinto item é um osso de galinha ou de cordeiro (zeroa). O zeroa não desempenha um papel ativo no sêder, mas serve como um lembrete visual do sacrifício que os israelitas ofereciam imediatamente antes de deixar o Egito. Os vegetarianos muitas vezes substituem o osso por uma beterraba assada, uma vez que o vermelho da beterraba se assemelha ao sangue do sacrifício (TELUSHKIN, 1991, p.658).

O sexto item é o Beitzah, isto é, um ovo cozido. Uma das inúmeras ideias relacionadas com o ovo colocado como símbolo na travessa do sêder é de que, normalmente, um alimento quanto mais é cozido, mais macio se torna. No caso do ovo é o contrário; quanto mais se coze, mais duro se torna. Assim é o povo judeu: quanto mais é oprimido ou afligido, como ocorreu no Egito, mais fortalecido e numeroso se torna. O formato do ovo também representa o ciclo da vida – mesmo nos momentos mais dolorosos, sempre há esperança de um novo começo (GROSSINGER, 1958).

Além destes, um alimento muito importante na noite de Pessach, mas que não constitui o prato do sêder, é o pão ázimo. Como vimos, o Pessach tem suas próprias especialidades, porém, muitos alimentos do dia-a-dia são especificamente proibidos durante esse período. O fermento, por ter a função de mudar a natureza do pão, é visto como um ingrediente impuro e inadequado em festas e dias sagrados. Além disso, a ingestão do pão ázimo serviria para lembrar os judeus que, na pressa de deixar o Egito, não puderam deixar o pão fermentar. Por esse motivo, durante a festa só é permitido o consumo de pão ázimo. Outro aspecto desta festividade são os quatro copos de vinho bebidos em vários pontos durante a recitação da Hagadá. Caso algum dos presentes não consuma bebidas alcoólicas, faz-se a substituição por suco de uva (GROSSINGER, 1958).

A partir dessas disposições, a Páscoa se tornou uma refeição que incorporou ritualisticamente os elementos de conservação da memória do Êxodo, em que, através do rito, pode-se reviver a cada ano a experiência da libertação, fixar e atualizar a narrativa em gerações diversas (BELMAIA, 2017, p.548).

4. Comida e identidade

O ato de lembrar tornou-se imperativo no judaísmo: é através da lembrança que os acontecimentos constitutivos para a formação desse grupo não se perdem com o passar das gerações. Ainda que espalhados pelo mundo devido à diáspora, tradições religiosas como o Pessach mantêm o povo judaico ligado às suas origens, preservando sua identidade através de símbolos e ritos nos quais a sua fé está presente. Nestas tradições, chama a atenção a relação dos judeus com a comida.

O ato de lembrar a criação de um povo através de uma narrativa sustentada pela comida fez desta uma cozinha diferenciada, uma maneira culturalmente estabelecida, codificada e reconhecida de se alimentar, das quais os pratos são elementos constitutivos. É uma cozinha emblemática, que por si só representa o grupo. O emblema, como uma figura simbólica destinada a representar um grupo, faz parte de um discurso que expressa um pertencimento e, assim, uma identidade. (MACIEL, 2005, p.50)

A cozinha de um grupo é muito mais do que um somatório de pratos considerados característicos ou emblemáticos. É um conjunto de elementos referenciados na tradição e articulados no sentido de constituí-la como algo particular, singular, reconhecível ante outras cozinhas. A construção da cozinha de qualquer unidade de pertencimento (seja um país, seja uma região, um grupo étnico ou outro conjunto) segue caminhos diferentes, dadas as suas condições históricas. Assim, ao se focalizar essas cozinhas deve-se, necessariamente, levar em consideração o processo histórico-cultural, contextualizando e particularizando sua existência. (MACIEL, 2005, p.50)

À mesa, são dispostas comidas ricas em simbolismo, a fim de se trazer à memória essa experiência. Apesar de cada uma destas iguarias desempenharem um papel claro no prato do sêder, não devemos nos limitar a interpretar a história contada através delas pelo seu sentido literal apenas, mas por aquilo que traz implícito. Entende-se a saída do Egito como o desvencilhamento daquilo que nos aprisiona, e poder começar a

ir pelo nosso coração, e ir para o nosso coração exige que a gente vá com pouca coisa, nós vamos com o que temos a mão para ir ao deserto. Isso é parte da jornada do ser humano na terra. Esse ensinamento ainda toca nos dias de hoje: o nosso ego, os nossos desejos mais primitivos eles endurecem a nossa vida, e ficamos com dificuldade de sentir qual o seu sentido. Isso é tão forte que tem um feriado para isso, o feriado do renascimento, de poder sair do Egito.

Considerações finais

Ainda que espalhados pelo mundo devido à diáspora, as tradições religiosas mantêm o povo judaico ligado às suas origens, preservando sua identidade através de símbolos e ritos nos quais a sua fé está presente. Entre estas tradições, chama a atenção a relação dos judeus com a comida.

Na alimentação humana, natureza e cultura se encontram, pois se comer é uma necessidade vital, o quê, quando e com quem comer são aspectos que fazem parte de um sistema que implica atribuição de significados ao ato alimentar. Isso fica especialmente evidente no Pessach, o qual o Talmude estabelece uma ordem lógica para a sua comemoração. Trata-se de uma reconstituição simbólica da história de saída dos judeus do Egito narrada pelos membros da família e pelos convidados ao redor da mesa festiva da refeição. À mesa, são dispostos alimentos ricos em simbolismo, a fim de se trazer à memória essa experiência. (CHINUCH, 2014, p.7)

São assim criadas ‘cozinhas’ diferenciadas, maneiras culturalmente estabelecidas, codificadas e reconhecidas de se alimentar, das quais os pratos são elementos constitutivos. Podemos também falar de uma ‘cozinha emblemática’, ou de ‘pratos emblemáticos’, que por si só representam o grupo. O emblema, como uma figura simbólica destinada a representar um grupo, faz parte de um discurso que expressa um pertencimento e, assim, uma identidade. (MACIEL, 2005, p.50)

A cozinha de um grupo é muito mais do que um somatório de pratos considerados característicos ou emblemáticos. É um conjunto de elementos referenciados na tradi-

ção e articulados no sentido de constituí-la como algo particular, singular, reconhecível ante outras cozinhas. A construção da cozinha de qualquer unidade de pertencimento (seja a um país, seja a uma região, a um grupo étnico ou a outro conjunto) segue caminhos diferentes, dadas as suas condições históricas. É um espaço de conservação e continuidade cultural a qual transcende o mero ato de comer como nutrição corporal, elevando assim a atividade da cultura para dentro de nós. É dela que nossa herança formativa nos identifica como parte da natureza que nos guia em nossa sensibilidade, deixando um legado para as gerações vindouras.

Referências

BELMAIA, Nathany Andrea. Do Pessach à Pascha: ressignificação dos significantes da Páscoa judaica pela Páscoa cristã. Londrina: Universidade Estadual de Londrina, 2017. Disponível em <<https://www.uel.br/revistas/uel/index.php/antiteses/article/view/27412/21287>>. Acesso em 16/03/2022.

CHINUCH, Merkos L'Inyonei. Hagadá de Pessach. Trad. Rabino Schmul Osher Begun. Nova Iorque: Lubavitch, 2014. Disponível em: <<http://www.chabad.org/media/pdf/884/iuny8845325.pdf>>. Acesso em 16/03/2022.

DRSAMUELS. Kadesh Urchatz: Passover Seder steps with hand-gestures.

Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=p9sRQnPWMf8&t=11s>>. Publicado em 8/04/2012.

ELWELL, Walter A. Enciclopédia Histórico-Teológica da Igreja Cristã. Vol III. São Paulo: Sociedade Religiosa Edições Vida Nova, 1998.

GROSSINGER, Jennie. The Art of Jewish Cooking. Nova Iorque: Bantam Books Inc, 1958.

JACOBS, Jill. Where Justice Dwells: A Hands-on Guide to Doing Social Justice in Your Jewish Community. Vermont: Jewish Lights Publishing, 2011.

KAHN, Ashley. Traditional seder meal tells the tale of a welcoming people. Talahassee: Talahassee Magazine. Disponível em: <<https://www.tallahasseeemagazine.com/traditional-seder-meal-tells-the-tale-of-a-welcoming-people/>>. Acesso em 16/03/2022.

LES ENLUMINURES. The Lombard Haggadah. Nova Iorque, 2019. Disponível em: <https://www.lesenluminures.com/usr/library/documents/main/les-enluminures-the-lombard-haggadah-press-release_final.pdf>. Acesso em 16/03/2022.

MACIEL, Maria Eunice. Olhares antropológicos sobre a alimentação: Identidade cultural e alimentação. In: CANESQUI, Ana Maria.; GARCIA, Rosa Wanda Diez (orgs.). Antropologia e nutrição: um diálogo possível. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2005. Disponível em: <<https://books.scielo.org/id/v6rkd/pdf/canesqui-9788575413876-03.pdf>>. Acesso em 16/03/2022.

MONTANARI, Massimo. Comida como Cultura. São Paulo: Senac, 2008.

SOUZA, Patricia Rodrigues. Religião e Comida: Como as práticas alimentares no contexto religioso auxiliam na construção do Homem. São Paulo: Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2014. Disponível em <<https://tede2.pucsp.br/bitstream/handle/1924/1/Patricia%20Rodrigues%20de%20Souza.pdf>>. Acesso em 16/03/2022.

TELUSHKIN, Joseph. Jewish Literacy : The Most Important Things to Know About the Jewish Religion, Its People, and Its History. Nova York: HarperCollins Publishers, 2008.

TORÁ. Inglês. The Torah: The Five Books of Moses. Tradução de Harry M. Orlinsky. Skokie: The Jewish Publication Society, 2001.

WOUK, Herman. Este é o meu Deus. A maneira judaica de viver. São Paulo: Editora Sêfer, 2002. p. 68

